

Chuẩn Bị Cho Đại Dịch Cúm

Ý Nghĩa

Nạn đại dịch cúm là một cơn bộc phát của một siêu vi khuẩn cúm mới trên toàn thế giới

Nạn đại dịch cúm là một cơn bộc phát của một loại siêu vi khuẩn cúm mới và siêu vi khuẩn này lan tràn nhanh chóng từ quốc gia này đến quốc gia khác. Thoạt tiên, loại siêu vi khuẩn mới này chỉ nhiễm đến các loài cầm

thú, nhưng dần dần thay đổi để nhiễm bệnh cho người nữa. Nạn đại dịch bắt đầu khi loại siêu vi khuẩn mới này truyền từ người này qua người khác một cách dễ dàng.

Nạn đại dịch cúm sẽ nghiêm trọng hơn bệnh cúm theo mùa

Không có nhiều người bị bệnh cúm theo mùa vì người ta đã phát triển khả năng miễn dịch chống lại siêu vi khuẩn này và vì có rất nhiều người tự bảo vệ bằng cách đi chung ngừa cúm. Tuy nhiên, đại dịch sẽ bị một loại siêu vi khuẩn cúm mới gây ra. Người ta chưa có khả năng miễn dịch để chống lại nó và không có thuốc để

ngăn ngừa nó. Sẽ mất nhiều tháng phát triển và chế tạo một thuốc ngừa để chống lại một siêu vi khuẩn cúm mới gây đại dịch. Vì lý do này—và vì người ta chưa có khả năng miễn dịch—một siêu vi khuẩn cúm mới sẽ lan tràn mau chóng. Hàng trăm ngàn người trong nước ta có thể bị bệnh, và nhiều người có thể tử vong.

Các đại dịch cúm xảy ra

Các siêu vi khuẩn cúm có ở mọi nơi và chúng không ngừng thay đổi. Vào một lúc nào đó trong tương lai, rất có thể có một siêu vi khuẩn cúm sẽ thay đổi một cách dẫn đến nạn đại dịch. Hiện thời, các quan chức y tế đang lo ngại về siêu vi khuẩn bệnh cúm gà ở Châu Á và Châu Âu, vì siêu vi khuẩn ấy có thể thay đổi và lây lan từ người này sang người khác. Không ai biết khi nào thì nạn đại dịch sẽ xảy ra; các đại dịch đã xảy

ra vào năm 1918, 1957, và 1968. Ngày nay số lượng người du lịch nhiều hơn rất nhiều so với quá khứ, điều này làm cho bệnh tật dễ lan tràn mau chóng khắp thế giới. Một cơn bộc phát của bệnh cúm trong một quốc gia khác có thể chỉ cần đến Hoa Kỳ trong một chuyến máy bay.

Điều nên biết trước

Nếu cơn bộc phát xảy ra

Không ai biết lần đại dịch cúm sắp tới sẽ tệ hại đến mức nào, nhưng mọi người cần phải chuẩn bị sẵn sàng cho điều tệ hại nhất.

- Có thể khó nhận được sự chăm sóc y khoa. Số lượng người bệnh có thể đến quá nhiều ở bệnh viện và y viện. Các bác sĩ và y tá cũng sẽ bị bệnh nữa, vì vậy bệnh viện và y viện có thể bị thiếu người.
- Các nguồn tiếp liệu và dịch vụ sẽ bị hạn chế. Nhiều người sẽ không thể đi làm, ảnh hưởng đến thời gian hoạt động của các doanh nghiệp, ngân hàng, văn phòng chính phủ và các dịch vụ khác.
- Quý vị có thể được yêu cầu tránh xa những người khác. Khi ở nhà sẽ giúp chặn đứng việc siêu vi khuẩn lan tràn. Các lễ hội có thể sẽ bị bãi bỏ, và rạp hát với trường học bị đóng cửa. Nếu cần, các quan chức y tế sẽ ban hành lệnh để tách rời những người bị nhiễm siêu vi khuẩn ra khỏi những người khác.
- Sẽ mất nhiều tháng để phát triển một thuốc ngừa chống lại siêu vi khuẩn mới, vì vậy thuốc chừng

ngừa cúm sẽ không có ngay lập tức.

- Thuốc chữa các triệu chứng cúm có thể bị thiếu hụt.
- Việc đi lại có thể khó khăn. Các tuyến đường và lịch trình xe bus, xe lửa hoặc máy bay có thể thay đổi hoặc bị hạn chế. Xăng dầu cũng có thể bị thiếu.
- Quý vị có thể được yêu cầu phải mang khẩu trang. Các khẩu trang có thể được quy định phải mang trong bệnh viện, y viện hoặc phòng mạch bác sĩ, cũng như ở những nơi mở cửa cho công chúng.
- Nạn đại dịch cúm có thể kéo dài một thời gian lâu. Nạn đại dịch cúm vào năm 1918 kéo dài 18 tháng. Trong vài trường hợp, đại dịch bị suy yếu đi trong một thời gian rồi lại tái phát.
- Các quan chức y tế sẽ thông tin cho quý vị biết. Họ sẽ làm việc với cơ quan truyền thông để cung cấp các thông tin và khuyên cáo kịp thời. Các trang web của các cơ quan y tế chính phủ cũng sẽ có các thông tin cập nhật.

Trong cộng đồng của quý vị

Quen biết láng giềng của quý vị. Nói chuyện với gia đình, bạn bè và những người láng giềng để cho chắc là mọi người được chuẩn bị sẵn sàng. Hãy sẵn sàng để giúp đỡ những người láng giềng nào cao tuổi hoặc những người có những nhu cầu đặc biệt nếu họ không có được các dịch vụ mà họ lệ thuộc vào.

Hiểu biết các chính sách của trường. Biết các chính sách về việc vắng mặt và về bệnh hoạn.

Chuẩn bị cho việc trường đóng cửa. Hãy lập một kế hoạch để coi sóc con của quý vị nếu trường đóng cửa trong một thời gian dài.

Ở sở làm

Quý vị có thể sẽ không đi làm được. Việc ở lại nhà khi quý vị đau ốm là điều tối quan trọng mà quý vị có thể làm để bảo vệ những người khác.

Hiểu biết các chính sách. Hỏi chủ hãng hoặc liên đoàn của quý vị về việc nghỉ bệnh và các chính sách về việc vắng mặt, ngày nghỉ, và làm tại nhà.

Động viên việc sắp xếp kế hoạch. Mỗi doanh nghiệp, tổ chức và cơ quan nên có một kế hoạch để bảo đảm cho công việc chủ yếu được hoàn tất nếu có số đông nhân viên vắng mặt trong nhiều tháng. Quý

vị có thể sẽ được yêu cầu thi hành những nhiệm vụ mà thông thường không phải là một phần công việc của quý vị.

Tìm tòi những cách khác để hoàn tất công việc của quý vị. Khi người ta bị đau ốm, hãy tìm ra những cách để giảm đi sự tiếp xúc như là gia tăng việc sử dụng e-mail hoặc họp hội qua điện thoại.



www.doh.wa.gov/panflu/
1-800-525-0127
DOH Pub 820-032 VI 200.6



Dear Colleague,

The Washington State Department of Health (DOH) is pleased to provide camera-ready art for printing this educational material. To ensure that the original quality of the piece is maintained, please read and follow the instructions below and the specifications included for professional printing.

- **Use the latest version.** DOH materials are developed using the most current information available, are checked for clinical accuracy, and are field tested with the intended audience to ensure they are clear and readable. DOH programs make periodic revisions to educational materials, so please check this web site to be sure you have the latest version. DOH assumes no responsibility for the use of this material or for any errors or omissions.
- **Do not alter.** We are providing this artwork with the understanding that it will be printed without alterations and copies will be free to the public. Do not edit the text or use illustrations or photographs for other purposes without first contacting us. Please do not alter or remove the DOH logo, publication number or revision date. If you want to use a part of this publication for other purposes, contact the Office of Health Promotion first.
- **For quality reproduction:** Low resolution PDF files are intended for black and white or color desktop printers. They work best if you are making only one or two copies. High resolution PDF files are intended for reproducing large quantities and are set up for use by professional offset print shops. The high resolution files also include detailed printing specifications. Please match them as closely as possible and insist on the best possible quality for all reproductions.

If you have questions, contact:
Office of Health Promotion
P.O. Box 47833 Olympia, WA 98504-7833
(360) 236-3736

Sincerely,
Health Education Resource Exchange Web Team